1532

HONOR LABOR VALOR
SUPRA DIVISAS
AVE
MARIA
GRATIA
PLENA
EN LAS ASTURIAS DE SANTILLANA
EX-LIBRIS
FRANCISCO DE LA GUERRA

Digitized by the Internet Archive
in 2017 with funding from
Wellcome Library

https://archive.org/details/b29338499

INSTRUCCIONES

RELATIVAS AL CHOLERA MORBOS.

Suplemento al Telégrafo N. 46.

Cuando París estaba próximo á ser invadido por el Cholera morbo, se formó una comision compuesta de los Sres. Pariset, Esquirol, Desgenétte, Leroux, Juge, Chevalier, Legrand y Marc, la que redactó las siguientes instrucciones que hemos creido conveniente traducir, y dar al público para hacer uso de ellas en caso necesario

Conducta que debe observarse para preservarse del Cholera morbo.

„1º. El poco riesgo que se corre de ser atacado por el Cholera, debe aquietar los espìritus. Asi es que no debe pensarse en esta terrible enfermedad sino para tomar las precauciones que sean adecuadas á preservarse de ella. Mientras menos temor se tiene á la enfermedad, es menor el riesgo; pero como quiera que la tranquilidad del alma es un gran preservativo, de aquí es, que es indispensable evitar todo aquello que puede escitar emociones fuertes, como por ejemplo, la cólera, el miedo, el placer muy vivo &c.

„2º. Se ha observado que mientras mas puro es el aire que se respira, menos es el riesgo que se tiene de ser atacado por dicha enfermedad. Por consiguiente debe tenerse un gran cuidado en la salubridad de las habitaciones, y no vivir, ni mucho menos dormir muchas personas en un mismo aposento, siendo conveniente ventilarlo todo el dia abriendo cuantas veces se pueda las puertas y ventanas. Conviene igualmente poner en las piezas habitadas una grande vasija con agua de Cloruro. Se puede tambien ayudar á la renovacion del aire encendiendo por algunos minutos un fuego bien claro y activo en la chimenea.

„Es necesario tener cuidado de que al abrir y cerrar las puertas y ventanas, se encuentre uno bien vestido para no esponerse á un resfriado, ó irse á otra pieza durante esta operacion.

„En fin, por lo que toca á las habitaciones donde se duerme, deben usarse camas sin cortinas, y no dejar la orina y las

materias fecales por mucho tiempo en los vasos, sino limpiarlos prontamente y tenerlos con una poca de agua.

„El aire húmedo de las habitaciones, que siempre es mal sano lo es mucho mas cuando reina el Cholera morbo. Por lo tanto no debe secarse la ropa en las habitaciones, particularmente en aquellas en que se duerme.

„Es necesario, no solo ventilar las piezas en que se duerme, sino tambien mantener en el mejor estado de salubridad posible, toda la casa y sus dependencias. De consiguiente se requiere tener gran cuidado con las letrinas, que se limpiarán á lo menos una vez al dia, con agua de Cloruro ó con agua sola, deben tenerse bien cerradas, y no abrirse sino en el caso necesario.

„Se tendrá cuidado de echar en el caño el agua sucia, y no dejarla permanecer estancada en los patios, pudiéndose facilitar su corriente si el declive no es muy rápido, por medio de mucha agua.

„Las vidrieras deben limpiarse á lo menos una vez por semana, pues la accion de la luz es necesaria á la salud del hombre.

„Los muladares, los escrementos, los restos de animales y vegetales reclaman mucha atencion, por lo que se evitará su acumulacion alejándolos cuanto se pueda.

„Es conveniente deshacerse de los animales domésticos inútiles, y asi no deben crearse puercos, conejos, gallinas pichones &c. en lugares estrechos ó en patios poco espaciosos, y que no tienen ventilacion.

„Los habitantes de las casas, particularmente en los cuarteles populosos, deben vigilarse con respecto á esto mutuamente, y contribuir con una parte para la limpieza de las calles, sobre todo si estas son angostas, pues en ello está interesado el bien procomunal.

„3º El resfriado se ha colocado por todos aquellos que han observado el Cholera, en el número de las causas mas propias para favorecer el desarollo de esta enfermedad. Debe pues, evitarse esta causa cubriéndose bien y preservando con especialidad el bajo vientre y los pies, de la accion del frio.

„Al efecto es muy bueno fajarse el vientre con un cinturon de lana, traer sobre la piel camisolas de lana ó de franela, y hacerse calcetines gruesos de lana, todo lo que deberá mudarse y lavarse cuando esté húmedo ó sucio. Se tendrá cuidado de lavarse los pies muy á menudo con agua caliente, trayendo zapatones ó zuecos cuando se tenga que estar mucho tiempo espuesto al frio ó á la humedad, en una palabra, debe

uno calzarse con limpieza, de modo que los pies estén al abrigo de ambas cosas.

,,Muchas personas, con especialidad entre la clase de poca fortuna, tienen la mala costumbre al acostarse, y mas todabia al levantarse, de poner los pies descalzos en los pisos frios, y aun de andar sobre ellos. Esto es sumamente perjudicial, y lo es mucho mas cuando reina esta epidemia.

,,Debe igualmente evitarse el dormir con las ventanas abiertas, teniéndose cuidado de conservar en las habitaciones un calor *templado*, pues los aposentos demasiado calientes hacen que á los individuos que los habitan les haga mas impresion el frio á que pueden estar espuestos al salir de las piezas.

,,Por la misma razon debe uno recogerse temprano y no pasar una parte de la noche en las tertulias, cafés, tabernas &c. sobre todo, cuando las noches son frias y húmedas.

,,4º. Tener ocupacion, llevar una vida activa, evitando lo mas que se pueda los escesos de la fatiga, es uno de los mejores medios de distraer la inquietud, no conviniendo aquellas ocupaciones que exigen la atencion del espíritu, como tampoco el trabajo que requiere una privacion de sueño, á que uno no está acostumbrado durante la noche.

,,5º. Se ha hablado de la utilidad de los cinturones y de los calcetines de lana, mas es necesario que siempre estén limpios, pues la limpieza es indispensable para la salud. Los que pueden darse de cuando en cuando baños de un calor agradable harán bien de hacer uso de ellos, no permaneciendo mas que el tiempo necesario para limpiar el cuerpo, y procurando enjugarse con ropa caliente, no esponiéndose inmediatamente al aire esterior al salir del baño. Esta precaucion es sobre todo útil cuando la estacion es fria.

,,Mucho convienen las fricciones secas, las que es fácil administrarse, frotándose ó haciéndose frotar por la noche, ó por la mañana y por la noche, el cuerpo, los brazos, las piernas y los muslos durante un cuarto de hora, con un cepillo suave ó con un género de lana.

,,Se deja entender que por lo que concierne en general á la manera de vestir, es necesario arreglarse á la estacion, mas en ningun caso debe uno vestirse ligeramente.

,,6º. En tiempo de Cholera morbo, la manera de alimentarse es un punto demasiado importante. La sobriedad es absolutamente indispensable. Son muchos los ejemplos en que esta enfermedad se ha declarado despues de haberse cometido escesos en la mesa, y está demostrado que los ebrios están espuestos con especialidad á contraer esta epidemia.

„Las carnes bien cocidas ó bien asadas sin ser demasiado grasosas, así como los pescados frescos y de una digestion fácil, los huevos, y el pan de buena levadura y bien cocido, deberán constituir el principal alimento. Las carnes y pescados salados son perjudiciales: debe hacerse muy poco uso de la carne de puerco, y abstenerse de toda pasteleria pesada y grasosa.

„Por lo que toca á las legumbres deben usarse unicamente las menos acuosas y las mas ligeras. No creemos deber escluir de estas últimas á las patatas de buena calidad, y aun aprobamos el uso de los frijoles secos, de la lenteja, de los guisantes, y de las habas, pero tomándose unicamente la substancia ó el suco. Las crudezas, como por ejemplo las ensaladas, los rábanos &c. no son de ninguna manera convenientes.

„En la estacion de las frutas es necesario tener mucha precaucion en el uso que de ellas se haga, sobre todo cuando no están perfectamente maduras, porque en ese caso son sumamente perjudiciales. Las frutas cocidas presentan menos inconvenientes, pero nunca deben comerse en gran cantidad, ni mucho menos formar la parte principal de la comida.

„Hay algunos alimentos que generalmente son sanos, pero que por una disposicion particular del estómago, los digieren con dificultad varios individuos. Estos alimentos, como es muy natural, deben ser evitados por ellos, teniendo cada uno el cuidado de observar su estómago.

„Durante la epidemia debe comerse menos á la vez de lo que se acostumbra ordinariamente, aunque se haga una comida mas, con tal que sea ligera.

„Las bebidas exijen la mayor atencion. Toda bebida fria tomada cuando hace calor, es muy peligrosa, y solo debe tomarse cuando se ha cesado de transpirar. Las consecuencias de este abuso son tanto mas funestas cuanto mas fria es la bebida, y es mayor el calor que se tiene. El agua deberá ser clara, prefiriéndose la destilada á cualquiera otra. Es conveniente acidularla con un poco de vinagre ó de aguardiente, como tambien tomarla mezclada con un poco de vino. En fin, se puede hacer uso con buen ecsito de una agua ligeramente aromatizada con una infusion estimulante, como por ejemplo de yerba buena ó de camomila, (un puño de yerba buena ó seis cabezas de camomila para una media azumbre de agua caliente, á la que se echará cuando enfrie otra media azumbre de agua fria).

„Nada es mas pernicioso que el uso de los licores fuertes. Se ha demostrado con un gran número de ejemplos que el

Cholera ataca con preferencia, como ya tenemos dicho, á los ébrios y aun á aquellos que sin hacer un abuso habitual de los licores, cometen casualmente escesos de esta clase.

„El uso del aguardiente tomado en ayunas que está tan estendido entre los artesanos, y que es tan perjudicial en todo tiempo, lo es mucho mas cuando reina el Cholera. Los individuos que tienen esta costumbre, deberian comer alguna cosa, aunque fuese un pedazo de pan, antes de tomar el trago de aguardiente. La misma precaucion debe tenerse con el vino blanco, y no tomarse sino en corta cantidad.

„Durante la epidemia, el aguardiente amargo, es decir, el que contiene infusion de plantas amargas y aromáticas, ó el aguardiente de agenjo, debe preferirse al ordinario.

„El vino tomado con moderacion durante la comida no es dañoso; pero debe ser de buena calidad, prefiriéndose tomar menos cantidad de vino con tal que sea superior. Los vinos nuevos y agrios son mas bien perjudiciales que provechosos, y los tintos deben preferirse á los blancos. Los que puedan mezclar el vino con una agua gazeosa, como por ejemplo la de Seltz, natural ó facticia, harán muy bien de hacer uso de esta bebida tan gustosa como saludable.

„La cerveza y la cidra, sobre todo, cuando estas bebidas son nuevas y no están bien fermentadas, disponen á los cholericos á la diarrea, y son por consiguiente sumamente perjudiciales. Esto que acaba de decirse, se aplica con mucha mas razon al vino dulce ó al mosto.

Medios que deben adoptarse antes de la llegada del médico.

„Es menester escitar fuertemente la piel y llamar hácia ella el calor. Al efecto se pondrá al enfermo entre dos cobertores de lana bien calientes, y se pondran sobre toda la superficie del cuerpo al traves del cobertor, fierros de planchar. Estos se retendrán mas tiempo en la boca del estómago, en los sobacos y sobre el corazon.

„Se darán fuertes fricciones por largo tiempo en los miembros con un cepillo, ó con un linimento irritante, sirviéndose de un pedazo de lana ó de franela. Dichas fricciones deberán hacerse por dos personas, de las cuales cada una frotará al mismo tiempo una mitad del cuerpo, teniendo siempre el cuidado de descubrir lo menos que se pueda al enfermo.

„El linimento, cuya receta pasamos á espresar, parece, si debe atenderse á las observaciones, que es el que ha aprobado mejor.

„Tómese un cuartillo de aguardiente, medio cuartillo

de vinagre fuerte, media onza de harina de mostaza, dos granos de alcanfor: dos id. de pimienta, y un diente de ajo martajado.

„Póngase todo esto en una botella bien tapada, y déjese en infusion durante tres dias en el sol, ó en un lugar seco.

„Dichas fricciones deberán continuarse por mucho tiempo, permaneciendo el paciente acostado y envuelto en los cobertores de lana.

„Se le pueden tambien aplicar sinapismos calientes en la espalda y en el vientre, ó si se quiere, cataplasmas de harina de linaza muy calientes, rociadas con esencia de trementina.

„Se ha hecho tambien uso con muy buen éxito de unos pequeños sacos llenos de ceniza ó de arena caliente, los que se ponen sobre el cuerpo.

„La esperiencia ha demostrado en muchos lugares en que ha reinado esta epidemia, que se pueden obtener grandes ventajas con el uso de los baños de vapor, avinagrados ó alcanforados.

„Así, pues, mientras se trata de calentar al enfermo con los fierros calientes ó por medio de las fricciones, se puede preparar un baño de la manera siguiente: pónganse á rojear unos guijarros, ó unos pedazos de ladrillo ó de hierro, colóquese debajo de una poltrona un vaso de tierra que contenga vinagre, al que algunos aconsejan echar alcanfor; (dos granos de alcanfor disuelto en una cantidad suficiente de espíritu de vino para un azumbre de vinagre,) habiéndose tomado todas estas disposiciones, se sienta al enfermo sobre la poltrona y se le rodea, á escepcion de la cabeza, con cobertores de lana que deberán bajar hasta los pies, los que deberán descansar sobre lana ó cualquiera otra cosa caliente. En seguida se van echando uno por uno, y con cortos intervalos los guijarros, ladrillos ó pedazos de fierro en el vinagre, el cual se calienta, y pronto se reduce á vapor. Dicho baño debe durar de doce á quince minutos.

„Luego que concluye, debe acostarse al paciente entre dos cobertores de lana muy secos y calientes, dejándole tranquilo si se establece una transpiracion *moderada.* Mas en el caso contrario se continuarán las fricciones, siempre entre los cobertores *hasta que llegue* el médico.

„No basta calentar el cuerpo esteriormente, es necesario tambien hacerlo interiormente. Al efecto debe darse al enfermo cada cuarto de hora una media taza de una infusion aromática muy caliente (de yerva buena, ó de melisa preparada lo mismo que el te,) y cada media hora inmediatamente, antes que se administre la infusion, dénsele doce á quince gotas de

licor amoniacal, anizado y alcanforado, en una cucharada de agua gomada (con una poca de agua y de jarave de goma.) Se han obtenido tambien resultados muy felices en varios lugares, por medio del álcali volatil, administrado en una dosis de 15 á 20 gotas cada media hora ó cada hora en una taza, de una fuerte decoccion caliente de harina de avena y de cebada mondada, ó á falta de esto, de agua caliente. Este último medicamento no deberá sin embargo administrarse mas que dos veces antes de que llegue el médico. A falta de estos medios se puede administrar con provecho agua pura, lo mas caliente que se pueda, y tomada en pequeña cantidad á la vez.

,,Aunque estos diversos medios deben ponerse en práctica lo mas pronto posible, será necesario sin embargo administrarlos con órden y sin demasiada precipitacion.

,,Será muy útil, siempre que se pueda, poner al enfermo en una pieza separada de las que habitan los demás miembros de la familia.

,,Será igualmente provechoso echar la ropa del enfermo en agua de jabon muy caliente.

,,La convalecencia exije precauciones que el médico deberá indicar. Sin embargo, no está por demás recomendar á los convalecientes la observacion *rigorosa* de las reglas de preservacion que se han espuesto arriba, pues las personas que han sido atacadas por el Cholera, están muy espuestas á recaer.

,,Creemos deber terminar estas instrucciones, suplicando encarecidamente al público, no preste fé alguna á los pretendidos medios preservativos y curativos, cuyas virtudes preconizan en los periódicos algunos charlatanes codiciosos, ó en grandes avisos fijados en las esquinas de esta capital.